

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



**Una revisión narrativa de la Inteligencia Emocional en la etapa de la
adolescencia**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE
BACHILLER EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Nayeli Estefani Huaman Cueva

ASESOR

Marilia Sibeles Cortez Vidal

<https://orcid.org/0000-0002-9360-9282>

Chiclayo, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

13%

INDICE DE SIMILITUD

13%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

2%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	6%
2	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
3	Submitted to Universidad de Cantabria Trabajo del estudiante	1%
4	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad de Salamanca Trabajo del estudiante	<1%
8	ciencia.lasalle.edu.co Fuente de Internet	<1%

Índice

Resumen	4
Abstract.....	5
Introducción.....	6
Métodos	8
Resultados y Discusión	9
Conclusiones	14
Recomendaciones	15
Referencias.....	16

Resumen

La adolescencia es un periodo muy significativo donde se experimentan diversos cambios, por lo cual la inteligencia emocional es una capacidad importante, la cual utiliza y permite controlar las propias emociones, así también motivarse y desarrollar un conjunto de habilidades que integrará el establecimiento de su personalidad del adolescente. Por ello, la presente investigación tiene como objetivo explicar la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia; en cuanto a los aspectos metodológicos el estudio fue teórico – narrativo, para la revisión y recolección teórica se hicieron uso de bases como Scielo, así como repositorios y revistas de universidades. Para la organización de la información, se seleccionó las definiciones, factores y modelos teóricos de la inteligencia emocional, donde se utilizó el análisis de documentos y el fichaje. Respecto a los criterios éticos, se hizo uso de las normas APA 7ma edición y, se utilizó el programa Turnitin. Los resultados mostraron que al igual que otros aspectos cognitivos y sociales, la inteligencia emocional tiene relación con la etapa de la adolescencia lo cual es una influencia significativa en las acciones del adolescente durante su etapa de crecimiento. En síntesis, se concluye que los diferentes estudios e investigaciones relacionados a la inteligencia emocional, es de gran importancia, debido a que desempeña un papel esencial en el adolescente.

Palabras Clave: Inteligencia Emocional, Adolescentes, Modelos, Factores.

Abstract

Adolescence is a very significant period where various changes are experienced, which is why emotional intelligence is an important capacity, which uses and allows you to control your own emotions, as well as motivate yourself and develop a set of skills that will integrate the establishment of your personality. of the adolescent. Therefore, the present research aims to explain emotional intelligence in the stage of adolescence; Regarding the methodological aspects, the study was theoretical - narrative, for the theoretical review and collection, databases such as Scielo were used, as well as repositories and university magazines. For the organization of the information, the definitions, factors and theoretical models of emotional intelligence were selected, where document analysis and recording were used. Regarding the ethical criteria, APA 7th edition standards were used and the Turnitin program was used. The results showed that like other cognitive and social aspects, emotional intelligence is related to the stage of adolescence, which is a significant influence on the adolescent's actions during their growth stage. In summary, it is concluded that the different studies and research related to emotional intelligence are of great importance, because it plays an essential role in adolescents.

Keywords: Emotional Intelligence, Adolescents, Models, Factors.

Una revisión narrativa de la Inteligencia Emocional en la etapa de la adolescencia

En la fase de la adolescencia, las personas experimentan cambios que permite al adolescente construir su propia identidad, conocerse a sí mismo, descubrirse y adquirir diversos aprendizajes, y es ahí, donde la inteligencia emocional juega un papel importante, porque tiene la habilidad de entender, usar y controlar sus propias emociones, así como motivarse y desarrollar un conjunto de habilidades que formará su personalidad e impactará en los diferentes ámbitos de su vida, para posteriormente verse reflejado en la vida adulta.

En el ser humano predomina la parte emocional en un 90% a diferencia de la parte racional que corresponde al 10%, es por ello, la importancia que tiene el individuo para aprender a manejar, controlar y dominar sus emociones; siendo garantía de éxito el formar el aspecto emocional. En Latinoamérica, se encontró que los adolescentes presentan diversos desajustes emocionales, por una etapa de aceptación y de cumplir un papel en la sociedad en la que se desenvuelven (Gutiérrez et al., 2021)

Goleman (1995) refiere que “un coeficiente intelectual elevado no garantiza prosperidad ni prestigio en la vida, las escuelas y la cultura en la que nos desenvolvemos se concentran en las habilidades académicas, ignorando la inteligencia emocional” (p. 53). La inteligencia emocional es un aspecto importante en el desarrollo de diversos aspectos de nuestra vida, para la obtención de un éxito personal, siendo en el ámbito educativo donde el alumno pondrá a prueba esta capacidad, dotándose de competencias que permite comprender y expresar emociones y sentimientos de manera óptima, para hacer frente a los diversos acontecimientos que susciten en su vida (Puertas, et al. 2020, p. 84).

UNICEF (2020), “menciona que la adolescencia es una etapa necesaria para hacernos adultos”, es donde el adolescente se siente niño y adulto al mismo tiempo, y se encuentra en permanente transición para tomar decisiones y hacerse cargo de sus propias responsabilidades. Papalia, et al. (2009), señala que algunas investigaciones atribuyen al aumento de la emocionalidad, cambios de ánimo, desarrollos hormonales y donde las emociones negativas van en aumento, a medida que el adolescente experimente diversos cambios. Así también se menciona que se llegan a presentar cambios a nivel estructural del cerebro que repercuten en las emociones, juicio, organización del comportamiento y autocontrol.

Ministerio de la Salud, realizó un estudio en población adolescente de 12 a 17 años, donde obtuvieron que el contexto sociocultural es determinante en el desarrollo del adolescente, ya que se relacionan con un proceso de construcción de identidad, autonomía y

autoconocimiento permitiéndoles cumplir un papel dentro de la sociedad (Como se citó en Aranda, 2021).

Además, en la etapa de la adolescencia surgen oportunidades y también influencias negativas, y que estas se relacionan con el crecimiento cognitivo y social del adolescente; adoptando capacidades que forman parte importante de su desarrollo, a nivel de maduración, habilidades perceptuales, procesos cognitivos y conducta social (Papalia, et al., 2009)

De acuerdo con lo descrito anteriormente, se plantea la siguiente pregunta ¿Cómo se explica la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia?

Es por ello que se planteó como objetivo general explicar la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia y como objetivos específicos describir la definición de la inteligencia emocional, así también describir los factores y modelos relacionados a la inteligencia emocional en los adolescentes.

La presente investigación es de importancia porque aportará conocimientos teóricos de la inteligencia emocional en los adolescentes, lo cual contribuye a la comunidad lectora e investigativa, puesto que permite a nuevas aportaciones en la psicología para generar diversos recursos utilizados en beneficio de la salud mental.

Métodos

En cuanto al diseño fue Teórico Narrativo (Ato et al., 2013) porque se trata específicamente es una revisión teórica lo cual amplía el conocimiento y profundiza el tema en función al estudio sobre inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia.

De igual forma para la búsqueda de información se utilizaron las bases de datos como Redalyc, Scielo, Dialnet; repositorio de tesis; y buscador académico Google, utilizando palabras clave como inteligencia emocional, adolescencia, emoción, estudiantes, factores, modelos.

En cuanto los criterios de inclusión, las fuentes de donde se obtuvo la información actualizada tienen como característica 7 años de antigüedad sobre estudios y modelos de la inteligencia emocional, se seleccionará artículos de acceso libre con revisión teórica, artículos científicos e investigaciones de grado en el idioma español.

En relación a los criterios de exclusión, no se tomó en consideración blogs y resúmenes sobre Inteligencia emocional.

Así también en la síntesis y organización de la información se utilizó la técnica de análisis de documentos donde se identificará de las fuentes consultadas: definición, modelos y factores.

Respecto a los aspectos éticos que se tuvo en cuenta para el desarrollo de la investigación, fueron las normas de especialidad de la Asociación Americana de Psicología (APA) 7ma edición, donde se respetó los derechos de autor. Asimismo, la información recopilada solo será utilizada para fines académicos. Por último, se utilizó el programa Turnitin donde se obtuvo un porcentaje inferior a 25% de similitud.

Resultados y Discusión

Análisis de la Inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia

Las emociones en el ciclo de la adolescencia suelen ser particularmente intensas. Los adolescentes experimentan cambios significativos a nivel corporal, y estos cambios a menudo van acompañados de emociones intensas. Si un adolescente tiene la capacidad de aplicar la inteligencia emocional para identificar y regular sus emociones, estará en una posición más favorable para sobrellevar el período a veces agitado de la adolescencia

En el transcurso del proceso evolutivo, la adolescencia es una etapa clave de preparación para la edad adulta, caracterizado por una serie de experiencias de desarrollo de gran relevancia. Además del desarrollo físico y sexual, estas vivencias abarcan la transición hacia la independencia social y económica, la construcción de la propia identidad, la obtención de las habilidades necesarias para forjar relaciones adultas y asumir responsabilidades propias de la edad adulta, así como el desarrollo de la capacidad de pensamiento abstracto. Esta etapa de la vida es especialmente rica en experiencias emocionales y procesos cognitivos (Cáceres et al., 2020).

Esto lo confirma Gaeta y Otero (2017), como se menciona en sus aportes, hacen hincapié en que la adolescencia se caracteriza por ser una fase de vulnerabilidad emocional, y en este contexto, la educación emocional desempeña un papel de suma importancia. Esto se debe a que los cambios biológicos, cognitivos, psicosociales y emocionales se entrelazan en una trama compleja que ayuda a comprender por qué los adolescentes, en su búsqueda de una nueva identidad, a menudo experimentando fluctuaciones emocionales, cambios de humor intensos y la exploración. constantes de límites como una manera de afirmar su independencia y autonomía.

Esto se asemeja a lo encontrado por Gutiérrez (2022) quien analizó los hallazgos académicos para el desarrollo de la inteligencia emocional en los jóvenes, concluye que el incremento positivo de la inteligencia emocional es de suma importancia al igual que otros aspectos cognitivos y sociales del adolescente. Además, Muñoz (2018) concluye que un adecuado ambiente social familiar favorece en el adolescente un óptimo progreso de su inteligencia emocional para el desarrollo de sus habilidades.

Una inteligencia emocional elevada desempeña un papel crucial en la promoción de interacciones sociales positivas, la formación de una autoimagen saludable, la reducción de la incidencia de comportamientos delictivos en la juventud y el fortalecimiento de las habilidades académicas. Los adolescentes que exhiben una inteligencia emocional deficiente tienden a

mostrar comportamientos problemáticos y se involucran en conductas desviadas que afectan negativamente su bienestar, como la experimentación de frustración (Vallejos, 2022).

Por ende, las aptitudes relacionadas con el manejo de las relaciones interpersonales y las emociones pueden tener un rol primordial en respaldar a los estudiantes para afrontar de manera más efectiva los desafíos que puedan surgir en su experiencia académica.

Definición

La inteligencia emocional hace referencia a la competencia o habilidad que una persona percibe en sí misma para reconocer, evaluar y manejar tanto sus propias emociones como las de grupos. Aquellas personas que exhiben un nivel elevado de inteligencia emocional tienen un profundo autoconocimiento y la capacidad de sintonizar con las emociones de quienes los rodean (Serrat, 2017).

La Inteligencia Emocional puede definirse como una combinación de habilidades y características que posibilitan la identificación, experiencia, evaluación, comprensión, regulación y modificación de las emociones tanto personales como ajenas. Esta información se utiliza para guiar el pensamiento y el comportamiento individual, además de abordar y resolver desafíos mediante la aplicación de competencia (Broc, 2019).

Esta información es utilizada para orientar el pensamiento y la conducta individuales, así como para abordar y superar desafíos, aplicando competencias tanto intrapersonales como interpersonales de manera efectiva y adaptativa (Navarro et al., 2020). También, Martínez y su equipo (2018) hacen hincapié en el papel desempeñado por la Inteligencia Emocional como un regulador cognitivo de las emociones, especialmente en situaciones de estrés

En el enfoque basado en habilidades, concebido por Mayer y Salovey, la inteligencia emocional se concibe como una forma de inteligencia interna, compuesta por diversas capacidades que inciden en cómo las personas comprenden y gestionan sus propias emociones y las de los demás (Bru-Luna et al., 2021).

Ante ello se rescata la definición de Broc (2019) en donde la Inteligencia Emocional se puede conceptualizar como la relación de aptitudes y rasgos que permiten la identificación, vivencia, evaluación, comprensión, regulación y alteraciones de las emociones, tanto propias como ajenas. Este conocimiento se emplea para dirigir el pensamiento y el comportamiento individuales, así como para afrontar y solucionar desafíos a través de la aplicación de habilidades emocionales.

La definición de inteligencia ha variado considerablemente a lo largo del tiempo y, en general, ha incorporado conceptos que abarcan la lógica, la comprensión, el pensamiento abstracto, la autoconciencia, la capacidad de aprendizaje, la resolución de problemas, la

comunicación, entre otros. En el área de la salud mental, se han incrementado diversos enfoques para comprender la inteligencia humana, siendo el más renombrado de ellos la psicometría.

Factores

Los factores de la IE son: la conciencia propia de las emociones, esta habilidad se ha definido como un proceso de atención que está estrechamente relacionado con funciones de interpretación y evaluación. A través de este proceso, las personas tienen la capacidad de percibir y dar sentido cualitativo a sus emociones con el propósito de comprender sus causas (Mujica & Orellana, 2019).

El autodomínio o control propio de las emociones, esta competencia se refiere a la habilidad para gestionar y redirigir estados emocionales negativos. Implica tener la habilidad de ejercer autocontrol, lo que se traduce en la tendencia a reflexionar antes de tomar acciones impulsivas y evitar. La automotivación, el cual se refiere al proceso que origina el comportamiento, y, por último, reconocer emociones ajenas, esta competencia implica la habilidad de comprender y reconocer las emociones de otras personas. Incluye la capacidad de empatizar y comprender las emociones que están experimentando a través de señales no verbales, expresiones faciales y comunicación verbal, así como la capacidad de compartir esas emociones. (Gigato, 2020).

Por otro lado, con el autor mencionado se entiende que el dominio personal de las emociones, también conocido como control emocional, se refiere a la habilidad de gestionar y manejar estados emocionales negativos, lo cual implica el autocontrol, lo que se traduce en la tendencia a pensar antes de actuar de manera negativa. En cuanto a la automotivación, se refiere al proceso subyacente que origina el comportamiento. Esta competencia implica la capacidad de generar y dirigir comportamientos de manera autónoma, independientemente de las emociones presentes.

Modelos

Modelo de IE de Mayer y Salovey

Según Mayer et al. (2016) reconocen que, a pesar de que la inteligencia se considera un predictor valioso del éxito en la vida de un individuo, aún existen aspectos que no se pueden comprender plenamente. Un ejemplo de esto es que dos personas con un cociente intelectual (CI) idéntico pueden mostrar una gran variabilidad en su habilidad para enfrentar su entorno. Para abordar este dilema, estos investigadores plantean tres enfoques: La valoración y manifestación de las emociones, tanto las propias como las de otras personas, constituyen una parte integral del proceso. El control de las emociones, tanto las personales como las de otros

individuos, se incluye en esta competencia. Esto implica la habilidad para manejar y gestionar adecuadamente las emociones, ya sean propias o ajenas. Por último, el uso de emociones abordando la flexibilidad.

Modelo Mixto

Otros autores se enfocaron en explicar la inteligencia emocional, como Goleman (1995), en este enfoque se introduce un nuevo concepto llamado "cociente emocional" que se suma al consciente intelectual (CI). Bajo esta perspectiva, la Inteligencia Emocional abarca elementos como el autocontrol, la pasión y la tenacidad, además de la autorregulación emocional. De esta manera, se considera que la Inteligencia Emocional consta de cinco componentes fundamentales (autoconciencia, control de emociones, automotivación, empatía y habilidad social).

También se encuentra el modelo de Bar-On (1997), el propósito del modelo de inteligencia emocional era abordar la cuestión fundamental de por qué ciertas personas logran un mayor nivel de éxito en la vida en comparación con otras. En dicho modelo abarca componentes de la inteligencia emocional como factores no intelectuales: Capacidad de expresar sentimientos u emociones - Capacidad de relación y sentir del otro- Capacidad de orientación y manejo emocional - Capacidad de sostener el cambio o adaptación- Capacidad de automotivación.

Por último, el modelo de Petrides et al. (2016) basándose en la convergencia de las diversas dimensiones identificadas por los instrumentos de medición de la inteligencia emocional tipo rasgo, estos autores han identificado un total de 6 rasgos o dimensiones: Bienestar, autocontrol, emocionalidad, sociabilidad, automotivación, adaptabilidad. Según los propios autores, la inteligencia emocional tipo rasgo se configura como un concepto multidimensional. En este sentido, el puntaje global de la inteligencia emocional rasgo no puede abarcar la totalidad de las variaciones en las percepciones emocionales específicas que se encuentran a un nivel más detallado. En consecuencia, utilizar calificaciones globales de la inteligencia emocional rasgo podría ocultar las relaciones distintivas entre las dimensiones específicas y los criterios de la inteligencia emocional tipo rasgo.

Ante ello se muestran los modelos teóricos, en donde la teoría inicial desarrollada por Salovey y Mayer sostenía que la Inteligencia Emocional formaba parte de la perspectiva de Gardner sobre la inteligencia social. En cierto sentido, se argumentaba que la inteligencia emocional abarcaba la conciencia tanto de uno mismo como de los demás. Un aspecto de la concepción de la inteligencia personal de Gardner se relacionaba con los "sentimientos", y este aspecto guardaba similitud con lo que Salovey y Mayer conceptualizaban como inteligencia

emocional. Sin embargo, lo que realmente marcaba la diferencia entre la Inteligencia emocional y las inteligencias "personales" era que la Inteligencia Emocional no se enfocaba en una percepción general de uno mismo ni en la evaluación de los demás.

Conclusiones

Por ello, esta revisión proporciona información sobre investigaciones relacionadas con la adolescencia y, al mismo tiempo, esclarece la importancia de la inteligencia emocional en el proceso de desarrollo en la adolescencia, la cual desempeña un papel esencial en las distintas etapas de este proceso de crecimiento.

En base a las definiciones de la inteligencia emocional que plantean los diversos autores se conceptualiza que es la habilidad o capacidad del individuo para lograr el manejo y reconocimiento adecuado de sus emociones, lo cual es de importancia en la etapa de la adolescencia.

En cuanto a los factores de la inteligencia emocional, se recalca la importancia en lograr reconocer las emociones, lo cual está relacionado al autocontrol, para así evitar conductas negativas. Así también es necesario comprender los sentimientos y emociones de las personas para así manejar adecuadamente ello.

Frente al abordaje de los modelos de la inteligencia emocional, los autores como Mayer y Salovey iniciaron con la investigación, luego autores como, Barón, Goleman y Petrides continúan, donde claramente en sus modelos explican que la inteligencia emocional es la habilidad para manejar y gestionar adecuadamente las emociones.

Recomendaciones

Se recomienda continuar con la investigación de la inteligencia emocional en la etapa de la adolescencia, a su vez promover programas preventivos promocionales que permitan fortalecer el manejo adecuado de la inteligencia emocional en los adolescentes lo cual está relacionado a su bienestar emocional y mental.

Por otro lado, se recomienda ampliar el estudio sobre los factores y modelos teóricos de la inteligencia emocional, para mejorar en las propuestas o técnicas de la inteligencia emocional.

Así también se recomienda que cada Institución pública o privada tenga interés por conocer más sobre la inteligencia emocional, lo cual obtendrá un resultado positivo en diferentes contextos educativos, para así lograr la instauración y fortalecimiento de la inteligencia emocional en los niños, adolescentes.

Referencias

- Aranda, M. (2021) *Inteligencia Emocional En Tiempos De Covid-19 en estudiantes adolescentes de Secundaria de una institución educativa particular de Tarma*. [Tesis de grado, Universidad Peruana de los Andes]. Repositorio Institucional de la UPLA. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/2850>
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bar-On, R. (1997). *The emotional intelligence inventory (EQ-I)*: Technical manual. [https://www.scirp.org/\(S\(lz5mqp453edsnp55rrgjct55\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2021693](https://www.scirp.org/(S(lz5mqp453edsnp55rrgjct55))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2021693)
- Broc, M. (2019). Inteligencia emocional y rendimiento académico en alumnos de educación secundaria obligatoria. *REOP*, 30(1), 75-92. <https://revistas.uned.es/index.php/reop/article/view/25195>
- Cáceres, M., García, R., & García, O. (2020). El manejo de la inteligencia emocional en los estudiantes de secundaria. Un estudio exploratorio en una telesecundaria en México. *Conrado*, 16(74), 312-324. <http://ref.scielo.org/499sg6>
- Gaeta, M & Martínez-Otero, V. (2017). Las competencias emocionales en la educación formal. Reflexiones y experiencias de investigación en diferentes contextos educativos. *Revista Iberoamericana de Educación*, 77(2), 179-183. <https://rieoei.org/RIE/article/view/3157>
- Gigato, Y., Labañino, I., & Cordero, C (2020). Potenciar la inteligencia emocional en jóvenes pertenecientes a la Policía Nacional Revolucionaria. *Avances*, 22 (2), 262-276.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (B. Books (ed.)). [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=773626](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=773626)
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Editorial Kairós, S.A. https://books.google.com.pe/books/about/Inteligencia_emocional.html?id=YuybDwAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&redir_esc=y%23v%3Donepage&q&f=false#v=onepage&q&f=falsew
- Gutierrez, J. (2022). *Inteligencia emocional adolescente: Una revisión sistemática*. [Tesis doctoral, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76821/Gutierrez_RJRSDD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Gutiérrez, J., Flores, R., Flores, R., & Huayta, Y. (2021). Inteligencia emocional adolescente: una revisión sistemática. *EDUCARE ET COMUNICARE Revista De investigación De La Facultad De Humanidades*, 9(1), 59-66. <https://doi.org/10.35383/educare.v9i1.576>
<https://doi.org/10.30827/reugra.v26i0.118>
- Martínez, A., Almeida, L., Santamaría, E. & Villegas, N. (2018). Diseño de un cuestionario de habilidades de adaptación conductual para adolescentes. *Psychologia*, 12(1), 59-69. <https://doi.org/10.21500/19002386.3049>
- Mayer, J., Caruso, R., & Salovey, P. (2016). The Ability Model of Emotional Intelligence: Principles and Updates. *Emotion Review*, 8(4), 290–300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mujica, F & Orellana, N.(2019). Conciencia emocional en la práctica formativa del profesorado de educación física. *Educación*, 28(55), 145-165. <https://doi.org/10.18800/educacion.201902.007>
- Navarro, G., Flores, G., y González, M. (2020). Construcción y Estudio psicométrico de un instrumento para evaluar inteligencia emocional en estudiantes chilenos. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 19(39), 29-43. <http://dx.doi.org/10.21703/rexe.20201939navarro2>.
- Papalia, D., Wedkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo*. McGraw-Hill.
- Pease M., De la Torre, H & Urbano E. (2020) Acompañar adolescentes en medio de una pandemia. Visibilizando los retos y necesidades de las y los adolescentes en el contexto del COVID 19 en el Perú. UNICEF -PUCP. <https://www.unicef.org/peru/informes/acompanar-adolescentes-en-medio-de-una-pandemia>
- Peña, M., & Aguaded, E. (2019). Evaluación de la Inteligencia Emocional en el alumnado de Educación Primaria y Educación Secundaria. *Revista de Educación de la Universidad de Granada*, 26,53-68.
- Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sanchez-Ruiz, M.-J., Furnham, A., & PérezGonzález, J.-C. (2016). Developments in Trait Emotional Intelligence Research. *Emotion Review*, 8(4), 335–341. <https://doi.org/10.1177/1754073916650493>
- Puertas-Molero, Pilar, Zurita-Ortega, Félix, Chacón-Cuberos, Ramón, Castro-Sánchez,Manuel, Ramírez-Granizo, Irwin, & González-Valero, Gabriel. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84-91. <https://doi.org/10.6018/analesps.345901>

Serrat, O. (2017). *Understanding and Developing Emotional Intelligence. In: Knowledge Solutions*. Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-10-0983-9_37

Vallejos, C. (2022). Levels of emotional intelligence in psychology students at a Peruvian public university: Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad pública peruana. *Revista De La Facultad De Medicina Humana*, 22(3). <https://doi.org/10.25176/RFMH.v22i3.5015>